

# 高校女生寝室1V3矛盾化解

徐建伟

台州学院

DOI:10.12238/er.v5i1.4493

**[摘要]** 基于不同的成长环境和文化差异以及女大学生心理和生理等各方面的原因,高校女生寝室人际关系经常出现矛盾,尤其是其中一人与其他三人出现对立矛盾时,被孤立的一人生活和学习会受到影响,甚至出现一些心理问题从而可能引发校园危机事件。本文结合辅导员实际工作中遇到的案例进行分析,探讨如何解决高校女生寝室矛盾引发的校园危机事件。

**[关键词]** 女生寝室; 矛盾; 校园危机

中图分类号: G4 文献标识码: A

## Resolution of 1V3 Conflict in College Girls' Dormitory

Jianwei Xu

Taizhou University

**[Abstract]** Due to the different growth environments and cultural differences, as well as the psychological and physiological reasons of female college students, there are often contradictions in the interpersonal relationship of female college students in dormitories. Especially when one of them has antagonistic contradictions with the other three, the life and study of the isolated person will be affected, and even some psychological problems may lead to campus crisis events. This paper analyzes the cases encountered in the actual work of counselors, and discusses how to solve the campus crisis caused by the contradiction in the dormitories of female students in colleges and universities.

**[Key words]** girls' dormitory; conflict; campus crisis

寝室是大学生生活、学习的主要场所之一,来自不同省份和地区的四个大学生共同生活在一个寝室之中,不同的生活习惯和性格差异成为寝室矛盾产生的源头,细小的摩擦在日复一日的生活中逐渐演变成为寝室矛盾,尤其当其中一人与其他三人出现矛盾被孤立时可能引发学生心理问题从而导致出现校园危机事件。

### 1 案例概述

#### 1.1 案例背景

学生王小晨(化名),女,商学院市场营销专业大一新生,高中阶段有过复读经历,理想专业是汉语言文学,读大学之前没有过住宿经历。入学后,该生为了能在大一第一学期顺利转专业到汉语言文学专业学习,每天早上早起外出晨读,晚上学习到图书馆闭馆之后才

回寝室。但是每次早起之后王小晨洗漱、开灯以及开关门的噪音较大吵醒其他室友,同时晚上回寝室较晚,回寝室之后开始与朋友通电话,持续时间较长,打电话声音也比较响,对其他室友造成一定的影响。因为下定决心要转专业,王小晨与寝室室友相处关系一般,平时聚餐也以学习为理由不参与,在室友看来性格较为孤僻。王小晨是北方人,来到南方之后因为水土不服的原因,王小晨同学数次生病,身体和心理都比较敏感和脆弱。同时因其性格、生活方式等方面的原因与宿舍同学相处不理想,宿舍人际关系的亮出了“红灯”。王小晨所在的寝室其他三位同学关系较为融洽,兴趣爱好也较接近,经常三人一起去上课、吃饭。其中王小冰(化名)睡眠不好,受到声音影响容易导致失眠等引起神经衰弱,经常因

为受到影响导致自己睡眠不好,因为王小晨早起吵醒她多次向她表达不满。曾小微(化名)同学是寝室长,性格较为直爽,会直接抒发自己的不满情绪,因为文明寝室检查时王小晨所在床位物品摆放不符合规定多次被扣分与王小晨同学有语言上的冲突。最后一个室友李小天(化名)性格较为温和,在寝室出现冲突时经常居中调解,但是平时与王小冰和曾小微在一起居多,所以在王小晨看来是寝室其他三人合伙起来排挤她,这就更加引发她的对抗情绪,甚至有时出现甩门行为。

#### 1.2 案例经过

入学后的11月份,因参加学院组织的特色寝室评比活动,寝室集资在网上采购了地垫进行铺设,新采购的塑料地垫有一定的异味,放在寝室阳台上晾晒

之后异味消除了许多,因为临近评比截止日期寝室其他三人都同意进行铺设,但是王小晨同学认为还存在异味反对进行铺设,日积月累的小摩擦因为此事升级为尖锐对立的矛盾。双发因为此事爆发了争吵,寝室三人一方认为王小晨没有集体荣誉感,地垫已经基本没有异味,铺上去之后只要加强宿舍通风即可;王小晨则因为近期水土不服经常生病身体虚弱,再加上高中之前有过过敏的经历担心所铺设的地垫产生的异味会导致她出现过敏,严重过敏甚至会威胁到她的生命安全,所以态度坚决的反对铺设地垫。双方都各有各的理由,但是都没有坐下来友好地进行沟通交流,单纯认为对方在为难自己,因此产生不可调和的分歧与矛盾。

周三的一个早上,王小晨与另外三个室友在QQ空间上发说说互相指责对方,甚至出现暴力威胁的言语。作为他们的辅导员,看到她们所发的说说之后,笔者意识到问题的严重性,立即找该寝室四人来到学院谈话室了解情况。为防止出现网络舆情,第一步要求她们立刻删除自己在网络上的不理智言论,避免造成更大的不良影响;第二步,安抚四个学生的情绪,了解寝室矛盾的原因以及每个人的诉求。初步了解之后,笔者发现他们的寝室矛盾的根源是双方作息时间不同以及王小晨同学性格和处事方式没有适应大学集体生活,加之其他三个室友抱团指责和排挤,进一步加剧矛盾,日常生活中一件小事就成为导火线,引发矛盾升级。谈话过程中,王小晨同学一度情绪崩溃,在谈话室中出现摔书包、踢凳子以及想要与室友发生暴力冲突的倾向,还向笔者哭诉说刚刚在教学楼三楼曾一度想要跳楼。面对情绪激动的王小晨同学,笔者及时进行安抚,让她情绪稳定下来,也感受到她并不是真的想要跳楼,说这些话是想引起老师的重视和关注,从而了解到她心理上是非常渴望得到关心关爱的。

### 1.3 案例定性分析

王小晨在此案例中扮演了有一定心理问题的弱势者的角色,水土不服导致

的多次生病,异地他乡的孤身一人,让其身心都变得异常脆弱而又敏感;而其室友则是扮演了拥有态度强硬的受害者的角色,共同的兴趣爱好以及生活作息习惯让她们抱团在一起。在本案例中不存在获益者,王小晨的性格、心理和生活方式导致了宿舍矛盾的产生,而室友的不冷静和排挤情绪则是矛盾产生的潜在因素。寝室中人际关系始终处于紧张状态,得不到有效的语言沟通,最终导致了矛盾的爆发。

## 2 案例解决思路与方法

### 2.1 寝室矛盾解决思路

笔者最初想给王小晨换一间宿舍,考虑通过换个新的环境来化解矛盾。但经过认真的思考,笔者认为这个方法弊端也比较明显:一是如果换了宿舍,王小晨和现在宿舍的同学就失去了谅解的机会,可能她们就此结下心结再也不会去化解;二是如果换一间宿舍,存在再次发生此类问题的可能,那会影响更多人。作为辅导员,笔者必须做好学生的思想工作,正确地引导学生和睦相处,因此笔者决定放弃换宿舍的想法,从问题本身入手。

其次要解决王小晨的同学的心理危机,她性格有些偏激和不合群同时又渴望得到关注和关心,所以需要我们在平时学习生活中给予她更多的关心关爱,同时寻求校内心理咨询室专业的心理老师给予咨询和帮助,帮助她尽快适应大学环境与生活。

### 2.2 实施办法

后续的处理分三步走:

一是充分了解矛盾原因,首先笔者选择让寝室四人在谈话室里敞开心扉把矛盾与不满都发泄出来表达出来,因为作为大一新生,大家都是期望能与室友友好相处的,沟通不畅是产生矛盾的一大原因。在辅导员坐镇的情况下,矛盾双方可以理性的表达自己的想法,解决之前存在的一些误会和矛盾,在笔者的居中调解之下达到互相体谅,彼此让步,避免矛盾再次爆发。在谈话中,王小冰就表明了自己因为经常早上被吵醒导致神经衰弱甚至需要服药的情况,希望王小晨

早上早起时能动作轻一些,关门的时候不要太响,晚上提前进行洗漱,不要在熄灯之后再洗头然后吹头发,吹风机的噪音非常大严重影响入睡;曾小微提出来寝室文明卫生需要大家一起维护,希望王小晨能按照文明寝室规定摆放好自己的物品,共同营造良好寝室环境,毕竟作为大学生,寝室是生活学习的主要场所;李小天希望寝室室友之间能友好相处,不要再继续冷战,共同构建和谐友好关系。面对室友表达的不满,王小晨一开始觉得他们三人依旧在针对她,并没有认识到自己的问题所在,在笔者教育引导下,逐渐认识到集体生活跟之前在家里当“小公主”所有人迁就她一个人是不一样的,不再是高中那样只关心学习,全家人照顾一个人的情况了。同时笔者也肯定了她的学习态度,以鼓励表扬的态度让她坚持学习的同时尽快融入集体生活,学会沟通合作而不是单打独斗。同王小晨沟通的过程中笔者发现她与班级里的一个女生张小萍(化名)关系较好,两人为山东老乡,上课经常坐在一起。

二是在掌握基本情况并且对寝室四人的态度有了初步判断之后,笔者与王小晨同学家长取得联系。王小晨的家长在得知自己孩子的情况后比较心急,第二天便坐火车来到学校,笔者第一时间接待了学生家长,通报寝室矛盾的来龙去脉以及笔者的处理方式,取得学生家长的信任,积极寻求王小晨的家长帮助。同时向家长进一步了解学生的性格特点和心理情况,通过家校联动,安抚王小晨的情绪,调动学生家长的积极性一起协助调解寝室矛盾。从家长口中得知王小晨高中因病休学过所以复读了一年才考上大学,平时缺少与人沟通交流导致不适应大学集体生活。笔者通过学生家长和王小晨在班级中的好朋友张小萍在生活中对王小晨同学关心和引导她学习如何融入集体生活,通过家长的角度劝说王小晨要敞开心扉接纳室友,调整自己的心态,不能因为转专业的目标就无视身边的室友。

三是寻求学校心理咨询室的帮助,王小晨同学在谈话室中情绪崩溃时出现

的甩书包、威胁跳楼的言论显然是出现了心理危机,需要及时心理危机干预,避免校园危机事件的发生。笔者在安抚好王小晨情绪之后,向学生本人说明了学校有专业心理咨询老师可以帮助她,王小晨也愿意接受学校心理老师的帮助,于是我联系学习心理咨询老师之后为其预约了当天下午的心理咨询。同时将一系列的情况向上级领导汇报,让上级领导及时了解掌握事件的动态并给予指导。

### 2.3 实施效果

通过约谈矛盾双方、梳理矛盾根源、现场调解矛盾、寻求家校联动以及专业心理咨询等措施将寝室矛盾从尖锐对立到矛盾缓和,最终双方达成谅解,和谐共处。在双方敞开心扉沟通之后,铺设地垫的计划也做了调整,全员一起将地垫放到楼顶阳台晾晒,并确认异味消散之后大家齐心协力铺设好地垫,改善寝室环境,共同营造美好生活环境。其他三人也在王小晨的带动下更加努力学习,成为图书馆的常客,也把优良学风带回寝室和班级之中。在第一学期末的考试中,王小晨取得了优异的成绩并且如愿以偿转到了汉语言文学专业。

### 3 经验启示

在此次王小晨寝室矛盾调解案例中,笔者认为辅导员在调解寝室对立矛盾和重新构建和谐友好寝室关系中起到了非常重要的作用。从一开始关注到学生QQ空间中的异常动态言论之后及时制止删除阻止了一场可能发生的网络舆情,到后来引导矛盾双发敞开心扉坦诚交流从而化解沟通不畅带来的一些隐藏矛盾点,以及帮助王小晨同学从崩溃情绪中重新振作起来学会融入集体生活,最终重建良好寝室人际关系。在调解寝室矛盾过程中,笔者总结了以下几点工作技巧。

3.1 密切关注学生动态,把矛盾扼杀在摇篮里

辅导员作为大学生的知心朋友和人生导师,我们需要密切关注学生的思想、心理、生活和学习等方方面面的动态,定期下学生寝室走访,通过线上和线下多种形式加强与学生的沟通交流,全方位了解学生。只有这样才能第一时间掌握信息,例如此次案例正是笔者第一时间发现QQ空间中学生的异常言论才没有让事件的影响扩大。只有真正深入到学生之中,成为学生们的知心朋友,才能及时发现存在的问题,在危机到来之前进行干预处理,防患于未然。

### 3.2 做一个倾听者,包容和超越

在处理寝室矛盾的过程中,矛盾双方各执一词,都站在各自的角度去诉说。此时辅导员要做的不是去打断他们,强硬的去灌输一些道理,而是去做一个倾听者,认真聆听矛盾双方各自的意见,包容他们的基础上再去超越他们。全面了解矛盾的起因、经过和结果,站在客观公正的角度去分析梳理双方矛盾事件的焦点,抓住事件的根本,去引导对立的双方去直视矛盾焦点,本着冤家宜解不宜结的原则去解决根本矛盾点。大部分的新生寝室矛盾并不是不可调和的矛盾,作为辅导员我们需要有耐心有信心去处理寝室矛盾,而不是简单的换寝室了之。

### 3.3 注重学生干部培养,发挥班委自治作用

加强大学生“自我教育、自我管理、自我服务”能力是大学生成长成才的必经之路,而寝室的矛盾冲突大多是日积月累产生的,如果班干部能及时发现和反馈或者积极去协调寝室同学关系就可以避免矛盾激化。同时辅导员平时注重学生干部的培养,发挥学生干部在班级治理中的重要作用,积极关注班级同学动态,及时汇报突发情况,以便辅导员第一时间了解和处理。一个团结、融洽、向上的班集体会让班级同学更有集体荣誉感和归属感,一定程度上也会降低寝

室矛盾的产生。

### 3.4 创建寝室共同体,营造和谐寝室氛围

重视寝室建设,严格建立宿舍公约,把寝室四人的共同意志以公约形式落实下来,依靠公约来约束寝室每个人,例如在寝室四人共同讨论和认可的情况下定好就寝时间、打扫卫生的顺序等,从而形成良好自治秩序。强化寝室长的职责,要让寝室长成为每个寝室的安全信息员,及时上报寝室异常情况。依托学院团学组织多方面开展以寝室为单位的活动,创建寝室共同体,共同学习、共同生活、共同成长。

### 4 结语

辅导员在解决大学生寝室矛盾时起到了决定性的作用,在处理过程中需要充分发挥好共情的作用,理解学生、包容学生、引导学生。坚持正确的处理态度以及足够的耐心,不因矛盾的出现就简单的换寝室了之,不偏袒矛盾的任何一方。一个寝室矛盾的处理就是一场对学生的思想政治教育,引导教育学生树立正确的世界观、价值观和人生观,共建和谐寝室关系。

### 【参考文献】

- [1]徐伟,束建华.高校辅导员化解寝室矛盾工作技巧探讨[J].黑龙江生态工程职业学院学报,2020,33(5):112-113+123.
- [2]马慧,潘吉宁.女生寝室背景多样性对寝室冲突与人际关系的影响[J].公关世界,2020,(14):127-128.
- [3]王洁莹.寝室矛盾引发的大学生人际关系危机与解决方法[J].文学教育(下),2020,(01):164-165.
- [4]周颖.高校辅导员工作案例探析——大学生寝室“事故”处理[J].文教资料,2017,(02):116-117.
- [5]房巍.高校辅导员有效干预学生寝室人际关系矛盾的研究[J].才智,2015,(14):184-185+187.